

National D'Arts-Martiaux Et Luittes Traditionnelles

17 - 18
MAI
2014

Au Parnasse à Nîmes



- *Atelier découverte Sumo*
- *Initiation Arts-Martiaux*



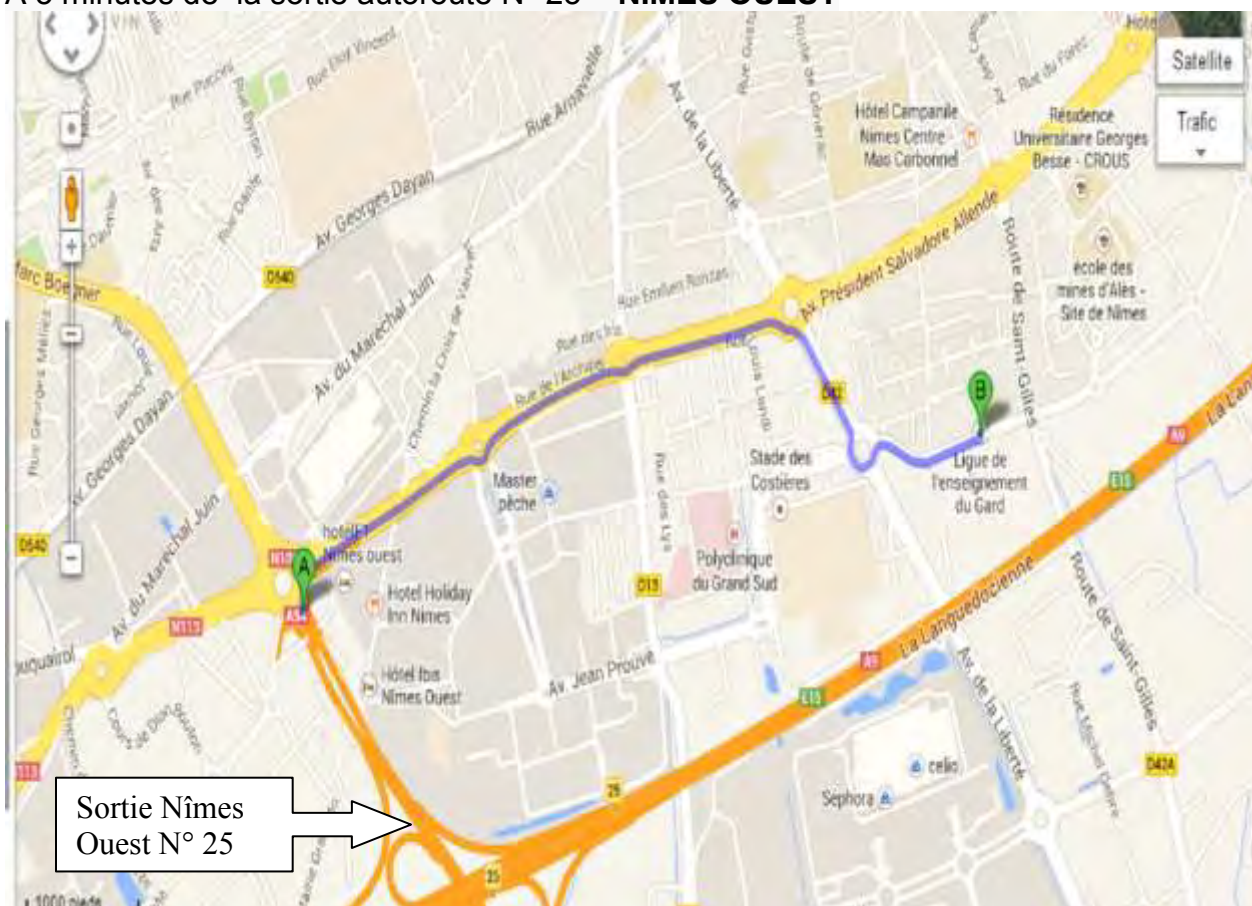
www.cd.ufolep.org/gard



LE COMPLEXE SPORTIF : LE PARNASSE - NIMES



Pour arriver : Points GPS : 43° 49' 01" Nord 4° 21' 48" Est
A 5 minutes de la sortie autoroute N° 25 – **NÎMES OUEST**



Accueil

LIEU DE COMPETITION ET LIEU D'ACCUEIL

Complexe sportif : Le Parnasse - Nîmes

Pour faciliter votre déplacement et vous permettre d'effectuer votre séjour à **Nîmes** dans les meilleures conditions, nous vous adressons divers documents concernant les informations générales dont vous aurez besoin, ainsi que les fiches d'inscription.

En annexe : Information sur les activités de découverte à faire dans le pays gardois.
Dès votre arrivée, notre comité vous accueillera à la salle de l'Olympe - Complexe sportif Le Parnasse – Avenue de la Bouvine – 30900 Nîmes et vous remettra un dossier comportant les éléments nécessaires à la compétition ainsi que les prestations complémentaires que vous aurez préalablement commandées (repas, hébergement).

Renseignements

D'ordre sportif général : Jean Pierre PAVAN (Responsable CNS)
Tél : 06.75.46.75.35 Tél : 03.87.55.27.78 mail : pavanjp57@gmail.com

D'ordre sportif : Jean Claude PAVAN (Réfèrent CNS) : judo, jujitsu, A.M.V.
Tél : 06.64.29.66.23 mail : jcpavan57@gmail.com

D'ordre sportif : Bernard CABOS-DUHAMEL (Réfèrent CNS) : Kourach
Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

D'ordre sportif : Jean-Louis VEDRINE (Réfèrent CNS) : Karaté
Tél : 06.62.23.11.40 mail : vedrine.jl@orange.fr

Administratif : Anne-Laure BONNAND. Tél : 04.66.36.31.41
Comité Départemental Gard: ufolep30@laliguegard.fr

Droits d'inscription

- Adultes : 13 €
- Jeunes : 6 €

Les engagements seront facturés à chaque comité départemental par le service comptable de la fédération après la manifestation.

PROGRAMME PREVISIONNEL

	HORAIRES		JUDO	JUJITSU	KARATE	KOURACH	JUDO PAR EQUIPES
VENDREDI 16 MAI 2014	16H00-18H00	ACCUEIL ET PESEES	X	X	X	X	X
	20H00	REPAS SUR PLACE	X	X	X	X	X
SAMEDI 17 MAI 2014	8H30 - 9H30	Pesées	T1-T2	T1 à T4	T3- T4		
	9H15-9H45	Réunion harmonisation arbitrage	X	X	X		X
	9h45 - 10h00	Défilé des délégations	X	X	X	X	X
	10H00 - 12H00	Début des compétitions	T1-T2	T1 à T4	T3- T4		
	12H00 - 12H30	Protocole officiels					
	12H00 - 13H30	Repas sur place	X	X	X	X	X
	13H30 - 14H00	Pesées				T3-T4	
	13H30 - 16H30	Suite des compétitions	T1-T2		T3- T4	T3-T4	
	16H30-17H00	Démonstration de luttes traditionnelles					
	16H30-17H00	Pesées					X
	17H00-20H00	Début des compétitions					X
	20H30	Repas animé sur place	X	X	X	X	X
DIMANCHE 18 MAI 2014	8H00 - 8H30	Pesées	T3-T4		T1-T2	T1-T2	
	9H00 - 11H30	Début des compétitions	T3-T4		T1-T2	T1-T2	
	10h00 - 11H00	Réunion des délégations					
	11H30 - 12H00	Démonstration d'Aïkido					
	12H00 - 12H30	Remise des récompenses	X	X	X	X	X
	12H30 - 14H00	Repas sur place ou à emporter	X	X	X	X	X

Nota: Suivant la disponibilité des tapis, nous pourrons aménager les différentes activités
 Les récompenses seront remises durant le Championnat, certaines seront remises en fin de manifestation.



ARTS MARTIAUX NATIONAL U.F.O.L.E.P.

**Judo – JuJitsu – Karaté - Lutttes Traditionnelles – Taïchi –
Arts Martiaux Vietnamiens – Aikido**

Saison 2013-2014

TRANCHES D'ÂGE:

Niveau National:

- Tranche 1: année de naissance 1978 et avant (Adultes)**
- Tranche 2: année de naissance 1996 et avant (Adultes)**
- Tranche 3: année de naissance 1997/1998/1999 (Jeunes)**
- Tranche 4: année de naissance 2000/2001 (Jeunes)**

Niveau inter-région:

- Tranche 5: année de naissance 2002/2003**
- Tranche 6: année de naissance 2004/2005**

Niveau Région et Département:

- Tranche 7: année de naissance 2006/2007**
- Tranche 8: année de naissance 2008/2009**



FICHE D'IDENTIFICATION JUDO

A nous retourner impérativement avant le 24 avril 2014

Région :	Département :
-----------------	----------------------

RESPONSABLE TECHNIQUE	RESPONSABLE ADMINISTRATIF
Nom :	Nom :
Prénom :	Prénom :
Adresse :	Adresse :
Code Postal :	Code Postal :
Ville :	Ville :
Email :	Email :
☎ domicile :	☎ domicile :
☎ portable :	☎ portable :

COMPOSITION DE LA DELEGATION					
<i>Préciser le nombre de personnes</i>					
JUDO FILLES	JUDO GARÇONS	NB ACCOMPAGNATEURS	NB OFFICIELS	NB CHAUFFEUR DE BUS	TOTAL
ARRIVEE à Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		
DEPART de Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		

A envoyer avant le 24 avril 2014
à l'adresse suivante :

UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé
CS 30007
30020 Nîmes



FICHE OFFICIELS JUDO

Région :	Département :
----------	---------------

Arbitres Adultes

NOM	Prénom	Niveau

Arbitres Jeunes

NOM	Prénom	Niveau

Commissaires Sportifs

NOM	Prénom	Niveau

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎ : 06 64 29 66 23

CHAMPIONNAT NATIONAL JUDO INDIVIDUEL 2013-2014

T1 – T2 – T3

Les règles d'arbitrage de base sont celles de la Fédération Internationale de Judo (FIJ), sur lesquelles se superposent les règles spécifiques du Judo UFOLEP en diverses situations.

Voir ci-dessous :

Deux années de licence UFOLEP dont celle de l'année en cours.

1) Grades:

Ceinture verte minimum.

2) Tenue

- Le judogi de couleur indifférente est autorisé en compétition, quel qu'en soit le niveau.
- Chaque participant doit se munir d'une ceinture blanche et d'une ceinture rouge personnelle.

3) Pesée :

Les combattants seront engagés dans la catégorie de poids dans laquelle ils auront été pesés (pas de sur-classement de poids)

4) Sortie de tapis

- **l'arbitre annoncera Matté** dès qu'un combattant aura les **2 pieds complètement en dehors** de la surface de combat (sans aucun contact avec cette surface) et que cette « sortie » ne résultera pas du fait d'une technique d'attaque réelle, sincère et bien engagée de son adversaire, ou d'un travail efficace et constructif de cet adversaire (ex : travail constructif de Kumi Kata).

5) Blocage

– Le fait de **bloquer** une attaque (franche et bien engagée) de l'adversaire en posant la main à plat sur la hanche ou la cuisse de celui-ci est autorisé.
Toutefois, le fait de rester de façon continue avec la main en parade d'une éventuelle attaque sera considéré comme une attitude défensive exagérée au bout de 3 secondes et sanctionné en conséquence

6) Echelle des Pénalités (fautes légères) :

Les fautes doivent **être expliquées** aux 2 combattants **à chaque intervention**.

- 1) – 1^{ère} intervention : avertissement « éducatif » (explication seule, sans annonce de Shido).
- 2) – 2^{ème} intervention : 1^{er} Shido (non comptabilisé pour l'adversaire mais annoncé)
- 3) – 3^{ème} intervention : 2^{ème} Shido >>> Yuko pour l'adversaire
- 4) – 4^{ème} intervention : 3^{ème} Shido >>> Waza Ari pour l'adversaire
- 5) – 5^{ème} intervention : arrêt du combat >>> Ippon à l'adversaire (Hansoku Maké)

7) EGALITE EN FIN DE COMBAT

1) – La décision est obligatoire à la fin de chaque combat. Pas d'application de l'avantage décisif (golden score) en cas d'égalité à la fin du temps réglementaire initial.
La décision sera rendue après accord de la majorité des 3 arbitres

8) Entraîneur (ex Coach)

- Son rôle est d'accompagner le combattant en optimisant l'autonomie de celui-ci.
 - Les arbitres veilleront à appliquer strictement les consignes règlementaires prévues dans le code sportif et devront intervenir dans le cas où son attitude serait contraire à l'esprit du judo. *L'entraîneur doit avoir un comportement irréprochable, sachant que son rôle est uniquement de conseiller son athlète dont il est l'entraîneur officiel.*
- Des sanctions seront prises en cas de débordement par la CNS.*
Il doit intervenir uniquement auprès de son combattant (pas sur l'arbitrage ni pour l'autre combattant).
Il ne devra en aucun cas déranger le combat ou déroger au règlement.
Coach non autorisé pour les tranches d'âges de T5 à T8.

9) « NE WAZA » (sol)

Osaekomi en bordure

Une **osaekomi** annoncée à « l'intérieur » (un au moins des 2 combattants est en contact avec la surface de combat), **se poursuivra** jusqu'à l'obtention d'un résultat technique (ippon ou toketa), **même si les combattants sortent complètement** dans la surface de sécurité

10) – Temps d'osaekomi

- 15" à 19" = >> Yuko
- 20" à 24" = >> Waza ari
- 25" = >> Ippon

11) Relation grades championnats :

OUI

Uniquement T2

12) Formule de compétition :

Soit en poules ou tableau avec double repêchage.

13) LITIGES

L'organisation est placée sous la responsabilité de la CNS Arts Martiaux, qui se réserve le droit d'adapter ce règlement si elle le juge nécessaire, en fonction des situations particulières et de régler tout litige pouvant survenir et non prévu au présent règlement.

CHAMPIONNAT NATIONAL JUDO PAR ÉQUIPES MIXTES 2013-2014

Les règles d'arbitrage de base sont celles de la Fédération Internationale de Judo (FIJ), sur lesquelles se superposent les règles spécifiques du Judo UFOLEP en diverses situations.

1) Equipe Mixte par Région

2) Sexe: féminin et masculin

3) Catégories : T1-T2

4) Grades:

Ceinture verte minimum.

Deux années de licence UFOLEP dont celle de l'année en cours.

5) Equipe Mixtes :

Les équipes pourront se faire sur place (la veille de la compétition) ou par qualification niveau régional une équipe par région.

6) Participants :

Une équipe maximum de 5 combattants (composée de 3 combattants pour les hommes et 2 pour les femmes).

7) Pesées et contrôles :

La pesée officielle sera indépendante de la pesée individuelle pour chaque compétition. Les combattants devront être au poids à la fin du temps imparti à la pesée.

8) Catégories de poids :

– Masculins : - 66 kg - 73 kg - 81 kg

– Féminines : - 57 kg - 63 kg

Les combattants seront engagés dans la catégorie de poids dans laquelle ils auront été pesés (pas de sur-classement de poids)

9) Temps du combat:

Féminines et Masculins : 3 minutes

10) Avantage décisif :

Obligatoire

11) Formule de compétition :

Soit en poules ou tableau avec double repêchage.

12) Relation grades championnats :

non

13) LITIGES

L'organisation est placée sous la responsabilité de la CNS Arts Martiaux, qui se réserve le droit d'adapter ce règlement si elle le juge nécessaire, en fonction des situations particulières et de régler tout litige pouvant survenir et non prévu au présent règlement.

CHAMPIONNAT NATIONAL JUDO T4 2013-2014

Les règles d'arbitrage de base sont celles de la Fédération Internationale de Judo (FIJ), sur lesquelles se superposent les règles spécifiques du Judo UFOLEP en diverses situations.

Idem T1-T2-T3 sauf :

1) Grades:

Ceinture orange minimum.

2) Pesée :

Les combattants seront engagés dans la catégorie de poids dans laquelle ils auront été pesés (pas de sur-classement de poids)

3) Attaques :

Les attaques en **se jetant directement** sur les **deux (2)** genoux au sol sont **interdites**.

4) Cou-Vertèbres

Dans toutes les situations de combat, debout et au sol, toutes actions imposant **des contraintes sur le cou et les vertèbres** de l'adversaire **sont à proscrire**.

5) Interdit :

Clés de bras et Etranglements

6) Echelle des Pénalités (fautes légères) :

Les fautes doivent **être expliquées** aux 2 combattants **à chaque intervention**.

- 1) – 1^{ère} intervention : avertissement « éducatif » (explication seule, sans annonce de Shido).
- 2) – 2^{ème} intervention : 1^{er} Shido (non comptabilisé pour l'adversaire mais annoncé)
- 3) – 3^{ème} intervention : 2^{ème} Shido >>> Yuko pour l'adversaire
- 4) – 4^{ème} intervention : 3^{ème} Shido >>> Waza Ari pour l'adversaire
- 5) – 5^{ème} intervention : arrêt du combat >>> Ippon à l'adversaire (Hansoku Maké pas annoncé)

7) NE WAZA (Sol)

Temps d'immobilisation :

- 15 à 19 sec. = >> Yuko
- 20 à 24 sec. = >> Waza-ari
- 25 sec. = >> Ippon

8) Avantage décisif :

Obligatoire

9) Formule de compétition :

Soit en poules ou tableau avec double repêchage.

10) Relation grades championnats :

non

11) Coach

Autorisé

12) LITIGES

L'organisation est placée sous la responsabilité de la CNS Arts Martiaux, qui se réserve le droit d'adapter ce règlement si elle le juge nécessaire, en fonction des situations particulières et de régler tout litige pouvant survenir et non prévu au présent règlement.

FICHE INSCRIPTIONS
JUDO
TRANCHE 1 : 1978 et avant

REGION :	Département :
-----------------	----------------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

**M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ**

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎ : 06 64 29 66 23

FICHE INSCRIPTIONS
JUDO
TRANCHE 2 : 1996 et avant

REGION :	Département :
-----------------	----------------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-60
			-66
			-73
			-81
			-90
			-100
			+100

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-48
			-52
			-57
			-63
			-70
			-78
			+78

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎: 06 64 29 66 23

FICHE INSCRIPTIONS
JUDO
TRANCHE 3 : 1997-1998-1999

REGION :	Département :
-----------------	----------------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-46
			-50
			-55
			-60
			-66
			-73
			-81
			-90
			+90

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-40
			-44
			-48
			-52
			-57
			-63
			-70
			+70

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎: 06 64 29 66 23

**FICHE INSCRIPTIONS
JUDO
TRANCHE 4 : 2000-2001**

REGION :

Département :

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-38
			-42
			-46
			-50
			-55
			-60
			-66
			+66

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-40
			-44
			-48
			-52
			-57
			-63
			+63

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

**M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ**

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎ : 06 64 29 66 23

**FICHE INSCRIPTIONS JUDO MIXTE
TRANCHE 1-2 : 1996 et avant**

REGION :	Département :
-----------------	----------------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-66
			-73
			-81

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-57
			-63

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

**M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Judo,
5 Rue du 13 novembre
57970 YUTZ**

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎: 06 64 29 66 23



FICHE D'IDENTIFICATION JIJITSU

A nous retourner impérativement avant le 24 avril 2014

Région : Département :

RESPONSABLE TECHNIQUE	RESPONSABLE ADMINISTRATIF
Nom :	Nom :
Prénom :	Prénom :
Adresse :	Adresse :
Code Postal :	Code Postal :
Ville :	Ville :
Email :	Email :
☎ domicile :	☎ domicile :
☎ portable :	☎ portable :

COMPOSITION DE LA DELEGATION					
<i>Préciser le nombre de personnes</i>					
JIJITSU FILLES	JIJITSU GARÇONS	NB ACCOMPAGNATEURS	NB OFFICIELS	NB CHAUFFEUR DE BUS	TOTAL
ARRIVEE à Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		
DEPART de Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		

A envoyer avant le 24 avril 2014
à l'adresse suivante :

UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé
CS 30007
30020 Nîmes



FICHE OFFICIELS JUJITSU

Région :	Département :
----------	---------------

Arbitres Adultes

NOM	Prénom	Niveau

Arbitres Jeunes

NOM	Prénom	Niveau

Commissaires Sportifs

NOM	Prénom	Niveau

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

M. PAVAN Jean-Claude, Référent CNS Jujitsu,

5 Rue du 13 novembre

57970 YUTZ

E-mail jcpavan57@gmail.com

☎ : 06 64 29 66 23

REGLEMENT RASSEMBLEMENT NATIONAL U.F.O.L.E.P.

ARTS MARTIAUX - JUJITSU 2013/2014

ADULTES ET JEUNES

1/ CONDITIONS GENERALES

A) Participants

Les participants devront être licenciés UFOLEP pour l'année en cours dans le même département. Les licences seront présentées à l'inscription. Les responsables de délégation devront disposer du listing des licences du département pour traiter les litiges éventuels. Les inscriptions préalables doivent être transmises dans les délais prévus en utilisant les documents fournis par le département organisateur. Elles doivent provenir d'un comité départemental ou régional, les inscriptions provenant d'une association ne seront pas retenues

B) Catégories

Un classement sera établi dans chaque catégorie et niveau : Jaune à Bleue et Marron/Noire.

Adultes Voir Tableau Synthétique

Jeunes Voir Tableau Synthétique

C) Grades

Minimum ceinture jaune pour le Libre.

Minimum ceinture Jaune pour les Arts Martiaux Combat.

D) Tenue des Praticants

Les pratiquants devront porter un Judogi (grain de riz) de couleur indifférente.

Chaque participant prévoit ses armes, ainsi que ses protections. En l'absence de protections, le compétiteur ne pourra pas participer à la compétition. Chaque participant devra être en possession d'une ceinture bleue et d'une ceinture rouge. Les féminines doivent porter un tee-shirt et un soutien gorge type sport.

E) Surface de Combat

L'évaluation se déroule sur une surface de 12x12 m maximum.

G) Formule de Compétition

- En poule ou en tableau suivant le nombre de participants.
- Jugement au drapeau
- L'ordre de passage est tiré au sort en éloignant les régions au premier tour.
- Deux formules de rencontre :
 - . Jujitsu Expression Libre
 - . Combat Jujitsu

2/ ÉPREUVES DE SELECTION

Chaque Département organise ses sélections suivant ses propres critères.

3/TEMPS DE COMPETITION

Jujitsu Expression Libre

Catégorie : Voir Tableau Synthétique

L'Arbitre central signalera par Hajimé et Matté le début et la fin de la prestation

Pénalité, avec une tolérance de moins 10 secondes ou + 15 secondes moins un drapeau pour le couple qui ne respecte pas le temps

En cas d'égalité de victoires, l'arbitre central désignera le vainqueur.

4/JUJITSU EXPRESSION LIBRE

Critères de Jugement:

Donner plus d'importance aux critères de jugement suivants :

- Expression dans l'attitude
- Attaque correcte et puissante
- Efficacité des blocages et du déséquilibre
- Combinaison logique

- Contrôle efficace au sol
- Recherche personnelle

Regarder si la technique est réaliste:

- Dans tous les cas si l'attaquant aide le défenseur, ses points seront minorés
- Au sol, Uké doit être contrôlé et verrouillé
- Le contrôle et la distance sont importants même après la fin de la technique
- Dans les techniques avec armes le défenseur ne doit jamais se mettre en danger lui-même
- Pendant toute l'action l'arme doit être contrôlée.
- Aucune réflexion d'un participant

Principes :

Par définition, il serait souhaitable que les postulants démontrent au jury les grandes constantes techniques, principes fondamentaux du Jujitsu dans les secteurs suivants. Dans tous les cas techniques appropriés aux grades :

- Les Atémis, les Blocages, Les Esquives
- Les Contrôles
- Les Clés
- Les Étranglements (pour la catégorie adultes)
- Les Projections
- Les liaisons Debout Sol
- Les Armes (Armes Autorisées uniquement pour la Catégorie Marron Noire)

Ce qui met en évidence:

- La sincérité : Attitude du couple dans le travail
- La sécurité : L'adaptation au partenaire
- L'habileté : Connaissance et Maîtrise Technique
- La Construction, Eventail Technique (Adaptation Tactique, Réalité de la défense)

Nature des épreuves:

Catégories Jeunes, clés autorisées mais contrôlées, clés de cou interdites, étranglements interdits.

- Les Praticants ne peuvent s'inscrire qu'une seule fois dans la catégorie concernée.
- Techniques, variantes, non maîtrisées mettant en danger UKE= Hansoku Maké
- La prestation doit faire l'objet d'une recherche personnelle du couple.
- Même prestation pour plusieurs couples du même département non autorisée.
- La participation des Praticants entraîne une entière acceptation en cas de modification des catégories (suppression ou rajout), suivant le nombre de participants.

Armes autorisées: catégorie marron noire, aucune arme réelle n'est autorisée, seuls le bois et le plastique souple peuvent être utilisés.

Pas de projection à l'aide d'une clé de tête et ciseau à la tête interdit pour toutes les catégories.= Hansoku Maké

5/ ACTIVITES COMBAT JUJITSU

1/TEMPS DE COMPETITION

Tranche : Voir tableau synthétique

2) Catégories de poids

Catégories adultes :

Masculins : - 60 Kg – 66 Kg – 72 Kg – 78 Kg et + 78 Kg

Féminines : - 52 Kg – 57 Kg – 62 Kg – 67 Kg et + 67 Kg

Les catégories de poids pourront être adaptées suivant les inscriptions par groupes morphologiques

Catégories Jeunes :

Les catégories de poids seront adaptées, suivant les inscriptions (groupes morphologiques)

3) Comptabilisation des avantages

Valeur des points : Waza ari = 1 point, Ippon = 2 points.

4) Protections

Mitaines, protège-tibias avec protège pied

Coquille conseillée

5) Formule des Rencontres:

Le départ se fait en atémis poings pieds, contrôle absolu. Les directs au visage sont interdits. Possibilité de saisir le Judogi afin de pouvoir projeter (impact sur le dos ou sur le ventre). Dès la saisie, les atémis doivent cesser.

Addition des points à la fin de la rencontre
Touches légères pour déterminer l'avantage

Pas d'étranglement à mains nues

- S'il y a une différence de 14 points pendant la période (P.E.) : arrêt du combat

Pénalités : Shido = 1 point , Chui = 2 points, Hansoku Maké = 14 points.

Immobilisation : (sur le dos ou sur le ventre) Temps : 15 secondes, (0 à 9 rien, 10 à 14 Waza ari, 15 Ippon). Un Ippon dans chaque secteur (Atémi, Projection et Sol) = **Full Ippon** vainqueur avant la fin du temps réglementaire.

6/ Coach : Conseil autorisé (en survêtement ou civil) Attitude et comportement correcte.

7/ LITIGES

L'organisation est placée sous la responsabilité de la CNS Arts Martiaux, qui se réserve le droit d'adapter ce règlement si elle le juge nécessaire, en fonction des situations particulières et de régler tout litige pouvant survenir et non prévu au présent règlement..

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez contacter :

Attribution des Avantages Combat Jujitsu ADULTES - JEUNES NATIONAL U.F.O.L.E.P.

PERIODE	IPPON	WAZA ARI
1^{ère} Partie	<u>DEUX POINTS</u> -Un coup en bon équilibre et contrôlé	<u>UN POINT</u> -Un coup partiellement bloqué
2^{ème} Partie	<u>DEUX POINTS</u> -Une projection parfaite (Dos, Ventre) -Un étranglement avec abandon -Une clé avec abandon	<u>UN POINT</u> -Une projection imparfaite (Côté, Assis Déroulé)
3^{ème} Partie	<u>TROIS POINTS</u> -Un étranglement avec abandon -Une clé avec abandon -Une immobilisation avec abandon	<u>UN POINT</u> -Une immobilisation entre 10 à 14 secondes
	-A n'importe quel moment de la rencontre s'il y a Ippon dans les 3 parties = Full Ippon, fin du combat -S'il y a une différence de 14 points pendant la période, (P.E.) arrêt du combat -Un Hansoku Maké : (par totalisation de pénalités): Peut continuer la compétition	

Pénalités :

-Shido = 1 point pour l'adversaire

-Chui = 2 Waza Ari pour l'adversaire

-Hansoku Maké = 14 points pour l'adversaire

2ème Hansoku Maké ne peut plus continuer la compétition

☛ 1 Shido = Shido = 1 point

☛ 2 Chui = Hansoku Maké (disqualification) 14 points pour l'adversaire

☛ Forfait ou désistement en cours de match 14 points au vainqueur

MEDICAL

Temps d'intervention médicale 2 minutes effectives par combat et par combattant

CAS PARTICULIER

☛ Ramassement de jambe autorisé

☛ Moroté Gari autorisé

- ☛ Saisie du pantalon autorisée (5secondes) au dessus pénalité Shido

1° PARTIE : Echange Atémis, poings, pieds

Tous les atémis doivent être contrôlés

Atémi au niveau du Bras « Rien » (Triceps)

Pas de Touche au niveau de la tête (doit être contrôlé) sinon Chui

Niveau de la Touche légère (Poitrine, ventre)

Touche en dessous de la ceinture = Shido

Fauchage possible en première partie (avantage comptabilisé en partie 2)

Atémi dans le dos possible, sauf au niveau de la Colonne Vertébrale

Mae Hiza interdit = Hansoku Maké

Higi interdit = Hansoku Maké

Teisho interdit = Hansoku Maké

Agé Tsuki interdit = Hansoku Maké

2° PARTIE : Projection

Deux échanges d'atémis avant de pouvoir saisir

Projection sur le dos et sur le ventre

Sumi Gaeshi sur toutes ses formes interdit = Hansoku Maké

Kami Basami non autorisé = Hansoku Maké

Moroté Gari autorisé

Ramassement de jambe autorisé

Clés et étranglements autorisés

3° PARTIE : Sol

Interdit de pousser son adversaire au niveau du menton

Lorsque l'Osaekomi est déclenché, l'Adversaire peut se retourner sur le ventre, l'Osaekomi continu

Lorsque la jambe est saisie, l'Osaekomi ne peut être déclenché

Une fois l'Osaekomi déclenché, peut importe si la jambe est prise ou non, l'Osaekomi continu

Pendant l'osaekomi, si l'adversaire relève les deux genoux = Toketa

Les Clés de Jambes sont autorisées, uniquement dans l'axe de l'anatomie.

Lorsque les deux reviennent en position debout, l'échange continue en partie 2 si les deux adversaires se tiennent, sinon Matté et on reprend en partie 1.

SORTIE DE TAPIS

Un pied dans la zone de sécurité= Matté

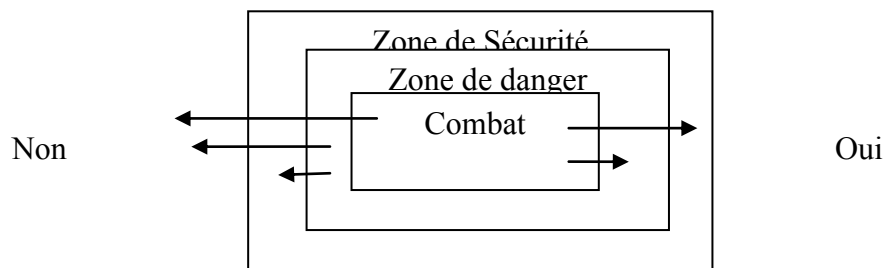
Deux pieds dans la zone de sécurité = Matté puis Shido

Poussée volontairement son adversaire dans la zone de sécurité = Shido

PROJECTION

Projeter son adversaire à partir de la zone de danger et à l'extérieur de la zone de sécurité = Chui

Projeter son adversaire à partir de la zone de combat en dehors de la zone de sécurité = Chui



Immobilisation dans la zone de danger :

Plus de 50% des deux en dehors de la zone de danger = Matté

Lorsqu'un est dans la zone de danger, l'adversaire dans la zone de sécurité

Celui qui est dans la zone de danger doit rester en contact sur cette zone = sinon Toketa et Matté

<u>SHIDO</u>	<u>CHUI</u>	<u>HANSOKU MAKE</u>
<ul style="list-style-type: none"> 1- Passivité 2- Mise en danger de soi-même 3- Sortie de tapis les 2 pieds 4- Poussée hors de la zone de danger 5- Atémi alors qu'il y a saisie 6- Agir après Matté 7- Atémi aux jambes 8- Atémi sur Uke au sol 9- Tordre les doigts ou des orteils 10- Ciseau au corps en verrouillant 11- Etranglement à mains nues 12- Retarder volontairement le commencement du combat 13- Retarder volontairement le déroulement du combat 	<ul style="list-style-type: none"> 1- Atémis ou poussées trop violents (Hard contact) 2- Ne pas tenir compte des instructions de l'arbitre 3- Coups de pieds et poings directs à la tête 4- Projection depuis la zone de danger dans ou hors de la zone de sécurité 5- Projection depuis la zone de combat hors de la zone de sécurité 6- Non respect des instructions de l'arbitre 7- Actions incontrôlées (axe médian) 8- Remarques, gestes, propos incorrects 9- Être désobligeant envers son adversaire 	<ul style="list-style-type: none"> 1- Action dangereuse pouvant blesser l'adversaire 2- Projection ou tentative de projection avec l'adversaire en clé ou étranglement 3- Toute clé sur la nuque ou la colonne vertébrale 4- Être désobligeant envers l'arbitre 5- Clé de jambe en torsion 6- Atémis non autorisés, Mae Hiza-Hiji-Teisho-Agé Tsuki 7- Techniques, variantes non maîtrisées mettant en danger UKE 8- Sumi Gaeshi sous toutes ses formes

ENGAGEMENT CHAMPIONNAT NATIONAL JIJITSU A.M.V.

Région: ----- Département : -----

NATIONAL

Club/association : -----

TRANCHE 1 : ADULTES

Responsable de délégation : -----

TRANCHE 2 : ADULTES

N° de téléphone : -----

TRANCHE 3 : JEUNES

TRANCHE 4 : JEUNES

COMBAT JIJITSU INDIVIDUEL

NOMBRE	CEINTURE		NOM	PRENOM	ANNEE DE NAISSANCE	SEXE (2)	CLUB	POIDS
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								

EXPRESSION LIBRE JIJITSU/EQUIPE

COUPLE	CEINTURE	CATEGORIE (1)	NOM	PRENOM	ANNEE DE NAISSANCE	SEXE (2)	CLUB	
1								
2								
3								

1 : Catégorie Masculin, Féminin ou Mixte

2 : Masculin ou féminin

M. Jean-Claude PAVAN
Référent CNS Judo-Jujitsu-A.M.V.
5 Rue du Treize Novembre
57970 Yutz

E-mail jcpavan57@gmail.com

Portable. 06 64 29 66 23



FICHE D'IDENTIFICATION KOURACH

A nous retourner impérativement avant le 24 avril 2014

Région :	Département :
-----------------	----------------------

RESPONSABLE TECHNIQUE	RESPONSABLE ADMINISTRATIF
Nom :	Nom :
Prénom :	Prénom :
Adresse :	Adresse :
Code Postal :	Code Postal :
Ville :	Ville :
Email :	Email :
☎ domicile :	☎ domicile :
☎ portable :	☎ portable :

COMPOSITION DE LA DELEGATION					
<i>Préciser le nombre de personnes</i>					
KOURACH FILLES	KOURACH GARÇONS	NB ACCOMPAGNATEURS	NB OFFICIELS	NB CHAUFFEUR DE BUS	TOTAL
ARRIVEE à Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		
DEPART de Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		

A envoyer avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé
CS 30007
30020 Nîmes



FICHE OFFICIELS KOURACH

Région :	Département :
----------	---------------

Arbitres Adultes

NOM	Prénom	Niveau

Arbitres Jeunes

NOM	Prénom	Niveau

Commissaires Sportifs

NOM	Prénom	Niveau

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

Bernard CABOS-DUHAMEL (Réfèrent CNS) : Kourach

6 Impasse Barroilhet – Quartier St Esprit

64100 BAYONNE

Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

Le KOURACH (Lutte traditionnelle d'Ouzbékistan)

La Tenue:

Tenue de type « judo »:



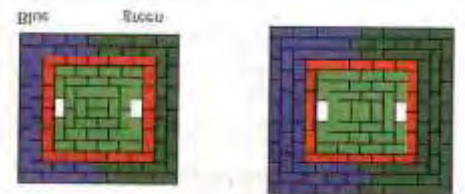
Tenue traditionnelle:



- veste réversible de couleur verte ou bleue (« Yahktak »)
- ceinture de couleur rouge
- pantalon blanc

Le tapis: ou « Gilam »:

Tapis type « tatamis » carré de 8X8 ou 10X10 avec 2m de marge de plus pour la sécurité



Combat:

temps: règles « IKA » : 3 à 5 mn suivant les âges ; règles Ufolep : 1mn30 à 4 mn suivant les âges.

arbitrage: un arbitre central, un juge latéral, un chef de tapis. Chaque décision se prend à la majorité des voix. (Ufolep : 2 arbitres minimum, voix prépondérante au chef de tapis à l'extérieur).

Avantages:

- « **Chala** »: petit avantage, chute sur le ventre, les fesses...suite à une action d'attaque. On peut marquer autant de « chala » que l'on veut. Un « Yonbosh » est plus fort que plusieurs « chala ».



- « **Yonbosh** »: grand avantage, chute latérale ou sur le côté. 2 « yonbosh » donnent la victoire totale ou fin du match (« halol »)



- « **Halol** »: victoire total ou fin du match, chute sur le dos. Attention! Le premier des deux kourachistes qui touche le sol avec le dos (même si l'on attaque) est le perdant.



Pénalités: données pour passivité ou geste interdit, elles se cumulent jusqu'à l'élimination à la 3ème pénalité.

- **tanbeh:** (prononcer « tambir »): équivalent à un « Chala » Notamment pour première passivité, si aucune action n'est faite durant 20 secondes ou s'il y a action d'une main en dessous de la ceinture.



- **dakki:** 2è pénalité



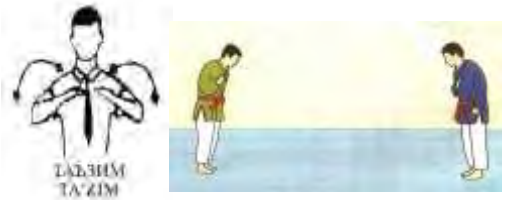
- **Girrom:** 3^e pénalité, synonyme d'élimination ou match perdu.

La présentation - Le salut:

La présentation des combattants est synchronisée avec le présentateur micro:



Le salut: Main droite sur le cœur, en inclinant le corps vers l'avant. Obligatoire en début et fin de combat et à chaque décision de l'arbitre. En cas de non respect, il y a exclusion du tapis.



Quelques notions de règlement:

- **Pas de sol:** dès qu'une partie du corps touche le sol, autre que les pieds, il y a reprise du combat debout. Cependant une action entamée debout (**continuité de l'action**) qui se continue vers le sol est comptabilisée. Exemple un mouvement d'épaule à genou qui amène l'adversaire sur le dos donne la victoire totale.
- Les mouvements type « makikomi » judo sont valables.
- Attention les « sutémis » qui font que l'attaquant passe sur le dos avant le défenseur est éliminatoire pour l'attaquant. Exemple: un contre « arrière » (type Ura nage) doit être fait en sorte que l'adversaire touche en premier le sol.
- **Aucune action des mains en dessous la ceinture** (donc pas « d'enfourchement, type « kata guruma », ou de ramassement de jambes de type lutte). La saisie du pantalon avec les mains donne une sanction: « tanbeh ».
- **Le travail de saisie** (« kumi kata ») est libre sur toutes les parties de la veste ainsi qu'à la ceinture.
- Les **actions de jambes sur jambes**, balayages...sont autorisées (exemple « o soto gari. », « de ashi barai »...)
- **En cas d'égalité** sans aucun point marqué, à la moitié du combat, il y a sanction pour les 2 kourachistes:

« **Jaso** »: le combat est alors arrêté, les deux kourachistes se prennent en « bras dessus-bras dessous », le bras droit passant au dessus de l'épaule de l'adversaire. Les deux mains tiennent la ceinture dans les dos, les deux torsos se touchent. Dès qu'il y a un point de marqué ou que l'un des deux lâche la ceinture (« tanbeh »), le combat reprend normalement.

- **En cas d'égalité à la fin du combat**, le dernier point marqué désigne le vainqueur. Les pénalités étant transformées en point (« tanbeh » = « Chala »; « Dakki » = « Yonbosh »)
- A noter qu'un « yonbosh » plus un « dakki » donne la victoire totale.
- Les points sont comptabilisés sur un tableau de marque.
- Un « coach » est autorisé au coin du tapis, il ne doit faire aucune remarque sur l'arbitrage.



La notion d'attaque:

Elle est essentielle et privilégiée. L'arbitre n'a qu'une seule intention première: favoriser les attaques. Et donc rendre le combat le plus dynamique et spectaculaire possible.

Pour cela il incite verbalement dans un premier temps (20 secondes sans attaque), puis sanctionne par « tanbeh » au bout des 20 secondes suivantes. Si ce sont de fausses attaques, il sanctionne aussi. Il doit choisir (avec l'accord des 2 autres arbitres) le plus passif pour sanctionner.

Terminologie:

L'arbitre annonce « **kourach** » pour « luttez » et « **tokhta** » pour « stoppez » les actions ou le combat. Il annonce « **vakt** » (prononcer « vart ») à la fin du temps de combat.

Catégories de poids:

I.K.A :

Seniors hommes: -60, -66, -73, -81, -90, -100, +100 **seniors femmes:** -48, -52, -57, -63, -70, -78, + 78

UFOLEP :

Juniors-seniors hommes: -66, -73, -81, -90, + 90, toutes catégories

Juniors-séniors femmes : -52, -57, -63, -70, +70, toutes catégories



REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE INSCRIPTIONS KOURACH TRANCHE 1 : 1978 et avant

REGION : Département :

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence

**Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014
à l'adresse suivante :**

Bernard CABOS-DUHAMEL (CNS) : Kourach
6 Impasse Barroilhet – Quartier St Esprit
64100 BAYONNE

Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE INSCRIPTIONS KOURACH TRANCHE 2 : 1996 et avant

REGION :	Département :
----------	---------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-66
			-73
			-81
			-90
			+90

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie
			-52
			-57
			-63
			-70
			+70

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

Bernard CABOS-DUHAMEL (CNS) : Kourach
6 Impasse Barroilhet – Quartier St Esprit
64100 BAYONNE

Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE INSCRIPTIONS

KOURACH

TRANCHE 3 : 1997 – 1998 - 1999

REGION : Département :

Masculins

5 à 8 catégories : *catégories morphologiques en fonction des inscrits
(écarts de poids inférieur à 15% maxi du plus léger)*

NOM	Prénom	N° Licence

Féminines

4 à 7 catégories : *catégories morphologiques en fonction des inscrits
(écarts de poids inférieur à 15% maxi du plus léger)*

NOM	Prénom	N° Licence

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014
à l'adresse suivante :

Bernard CABOS-DUHAMEL (CNS) : Kourach
6 Impasse Barroilhet – Quartier St Esprit
64100 BAYONNE

Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE INSCRIPTIONS KOURACH TRANCHE 4 : 2000 - 2001

REGION : Département :

Masculins

4 à 6 catégories : *catégories morphologiques en fonction des inscrits
(écarts de poids inférieur à 15% maxi du plus léger)*

NOM	Prénom	N° Licence

Féminines

3 à 5 catégories : *catégories morphologiques en fonction des inscrits
(écarts de poids inférieur à 15% maxi du plus léger)*

NOM	Prénom	N° Licence

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014
à l'adresse suivante :

Bernard CABOS-DUHAMEL (CNS) : Kourach
6 Impasse Barroilhet – Quartier St Esprit
64100 BAYONNE

Tél : 06.79.62.36.17 Tél : 05.59.56.04.89 mail : bernard.cabos@orange.fr

REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE D'IDENTIFICATION KARATE

A nous retourner impérativement avant le 24 avril 2014

Région :		Département :	
RESPONSABLE TECHNIQUE		RESPONSABLE ADMINISTRATIF	
Nom :		Nom :	
Prénom :		Prénom :	
Adresse :		Adresse :	
Code Postal :		Code Postal :	
Ville :		Ville :	
Email :		Email :	
☎ domicile :		☎ domicile :	
☎ portable :		☎ portable :	

COMPOSITION DE LA DELEGATION <i>Préciser le nombre de personnes</i>					
KARATE FILLES	KARATE GARÇONS	NB ACCOMPAGNATEURS	NB OFFICIELS	NB CHAUFFEUR DE BUS	TOTAL
ARRIVEE à Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		
DEPART de Nîmes					
Nb personnes	Jour/Heure		Observations		

A envoyer avant le **24 avril 2014**

à l'adresse suivante :

**UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé
CS 30007
30020 Nîmes**

REGLEMENT 2013 – 2014

FICHE OFFICIELS KARATE

Région :	Département :
----------	---------------

Arbitres Adultes

NOM	Prénom	Niveau

Arbitres Jeunes

NOM	Prénom	Niveau

Commissaires Sportifs

NOM	Prénom	Niveau

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

M. VEDRINE Jean-Louis, Référent CNS Karaté,

Ecole Mercoeur 98 rue du Var

63100 Clermont Ferrand

E-mail vedrine.jl@orange.fr

☎ : 06 62.23.11.40

REGLEMENT 2013 – 2014

CHAMPIONNAT NATIONAL UFOLEP DE KARATE

1. CONDITIONS GENERALES.

a. Licences et inscriptions.

- Chaque participant devra obligatoirement se présenter avec la licence UFOLEP de l'année en cours, homologuée depuis au moins 30 jours.
- Le responsable de délégation devra disposer du listing des licences du département pour traiter les litiges éventuels.
- Les inscriptions préalables doivent être transmises dans les délais prévus en utilisant les documents fournis par le département organisateur. Elles doivent provenir d'un comité départemental ou régional. (les inscriptions provenant directement d'une association ne seront pas retenues).

b. La compétition.

- La compétition est basée sur deux types d'épreuves
 - .Epreuve technique KATA
 - Epreuve combat KUMITE

c. Catégories d'âges.

Tranche 1	T1	1978 et avant
Tranche 2	T2	1978 à 1996
Tranche 3	T3	1997 – 1998 - 1999
Tranche 4	T4	2000 - 2001

d. Catégories de poids (pour kumite).

Tranche	Sexe	Catégories de poids en kg					
T 1	M	- 65	- 70	- 75	- 80	+ 80	
	F	- 55	- 60	- 65	- 70	+ 70	
T 2	M	- 60	- 65	- 70	- 80	+ 80	
	F	- 55	- 60	- 65	- 70	+ 70	
T 3	M	- 55	- 60	- 65	- 70	+ 70	
	F	- 55	- 60	- 65	- 70	+ 70	
T 4	M	- 45	- 50	- 55	- 60	+ 60	
	F	- 40	- 45	- 50	- 55	- 60	+ 60

e. Tenue vestimentaire des compétiteurs.

- Les compétiteurs porteront un karaté gi de couleur blanche.
- En aucun cas es manches de la veste et les jambes du pantalon ne seront retournées vers l'extérieur.
- Les compétiteurs devront se présenter sans bijou ni piercing.
- Seules les femmes pourront porter sous leur veste de karaté gi un tee- shirt de couleur blanche (*exclusivement*)

REGLEMENT 2013 – 2014

2. DEROULEMENT DES EPREUVES.

2.3 Epreuve KATA individuelle et équipe (de 3)

Tous les styles de karaté sont admis.

Durant la compétition, à tous les tours éliminatoires et en finale, les compétiteurs peuvent exécuter le KATA de leur choix.

Deux classements : Excellence et Honneur, les battus du 1^{er} tour passent en Honneur

a. Critères de jugement.

Connaissance du KATA et du style, le choix du KATA, l'attitude, la puissance, les appuis, la vitesse, la précision, la coordination, la prise de risque, la respiration, le Kiaï, le changement de rythme, l'esthétique, l'intensité, le kimé, le regard, la détermination, la combativité et la synchronisation restant des critères principaux.

b. Pénalités.

Le compétiteur est pénalisé si :

Il interrompt sa démonstration, il chute, il effectue un kata différent de celui qu'il a annoncé, il oublie une technique ou fait un déplacement supplémentaire, il commet une faute grave ou une erreur, il modifie l'embusen du KATA pour éviter un juge.

c. Jugement KATA.

Le jugement se fera aux drapeaux avec 3 juges.

2.3 Epreuve KUMITE

d. Sambon Shobu

Pour toutes les catégories, individuelles et équipes de 3

e. Protections obligatoires

Casques pour la tranche 4 (le casque est là pour éviter l'accident et non pour pouvoir permettre les touches).

Protège dents pour les tranches 1 – 2 – 3.

Protège mains pour les tranches 1 – 2 – 3 – 4.

Coquille sous le pantalon, pour les garçons des tranches 1 – 2 – 3 – 4.

Protège seins sous le tee-shirt, pour les filles des tranches 1 – 2 – 3 – 4.

Les protèges tibia et les protèges pieds sont **interdits**.

Aucun combat ne sera autorisé sans les protections obligatoires, chaque responsable de délégation devra veiller à ce que les compétiteurs de sa région possèdent bien les protections nécessaires.

f. Durée des combats

Tranche 1	T1	2 minutes
Tranche 2	T2	3 minutes
Tranche 3	T3	2 minutes 30 secondes
Tranche 4	T4	2 minutes

REGLEMENT 2013 – 2014

g. Comptabilité des techniques.

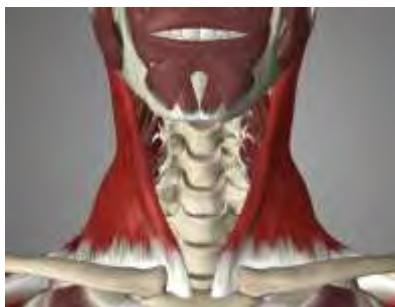
WAZA ARI	½ point
IPPON	1 point

h. Pénalités.

CATEGORIE 1

1. Les techniques qui ont un contact excessif en fonction de l'endroit attaqué ainsi que les techniques qui entre en contact avec le cou (voir image ci-dessous)
2. Les attaques aux bras et aux jambes, attaque à l'aîne, aux articulations, toutes les attaques en dessous de la ceinture.
3. Les attaques avec des techniques main ouverte.
4. Les projections dangereuses ou interdites.
5. Tous les coups de pieds ou coup de poing retournés sans anticipation du regard.
6. Tous les coups de coudes, de genoux ou de tête.

La limite du cou est définie par les clavicules et la mâchoire inférieure



CATEGORIE 2

1. Les joggai
2. Feindre d'être blessé, ou exagérer les conséquences d'une blessure.
3. Mettre en danger sa propre sécurité, en se laissant aller à des comportements qui exposent aux blessures (Mubobi).
4. Fuir le combat pour gagner du temps, privant ainsi l'adversaire d'une opportunité de marquer.
5. Saisir l'adversaire directement sans exécuter une technique de karaté dans un délai maximum de 3 secondes.
6. Les corps à corps inutiles (lutter, pousser ou saisir sans tenter de technique).
7. Provoquer ou parler à l'adversaire et tout comportement injurieux envers l'équipe arbitrale.

i. La compétition est un jeu.

C'est pour cette raison que les techniques dangereuses sont interdites et seront sévèrement sanctionnées par le corps arbitral.

j. Arbitrage

1. L'arbitrage se fera en miroir (2 arbitres face à face).
2. Les commissaires sportifs et arbitres seront désignés par le Référent Technique National UFOLEP.
3. Dans la mesure du possible les arbitres ne pourront être du même club ou d'une même région pour arbitrer un compétiteur de leur club ou de leur région.

2.3 Les accompagnateurs.

Interdiction d'intervenir de façon verbale ou physique durant la compétition, sous peine de sanction pour le compétiteur. En cas de désaccord, ils devront transmettre leur réclamation par écrit à la table officielle.

Ils devront par leur comportement participer au bon déroulement de la compétition, en faisant preuve de fair-play et en calmant les « excités », qu'ils soient sur le tatami ou dans les tribunes.

Seuls les coachs, les officiels, et les arbitres seront admis dans l'enceinte de la compétition.

La CNS Arts martiaux se réserve le droit de régler tout litige pouvant survenir aux adaptations du règlement si nécessaire.

KARATE
TRANCHE __ : _____

REGION :	Département :
-----------------	----------------------

Masculins

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie

Féminines

NOM	Prénom	N° Licence	Catégorie

Les délégations départementales doivent retourner ce document avant le 24 avril 2014

à l'adresse suivante :

Jean-Louis VEDRINE (Réfèrent CNS) : Karaté

Tél : 06.62.23.11.40 mail : vedrine.jl@orange.fr

**HEBERGEMENTS A L'ECOLE NATIONALE DE POLICE
A RESERVER A L'UFOLEP du GARD**

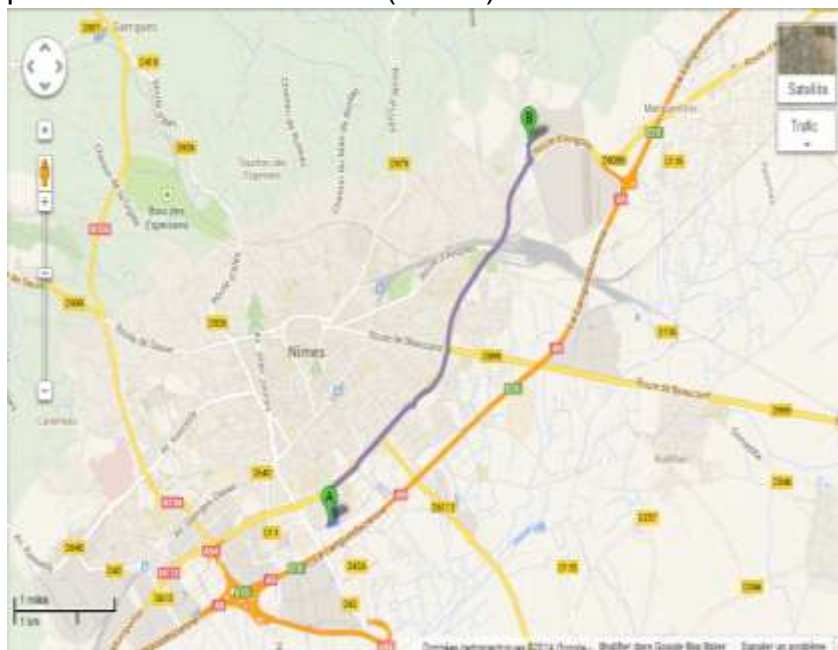


L'école nationale de police de Nîmes, notre partenaire depuis quelques années, nous propose de loger 200 personnes, dans 100 chambres doubles, avec douche et sanitaire, pour un prix intéressant.

Nous vous proposons donc d'en profiter, en réservant dès à présent l'hébergement nécessaire à votre délégation.

Ecole de police Nîmes : 43° 50' 16" N / 4° 21' 39" E

1. Prendre la direction sud sur impasse Jean Macé vers Av. du Languedoc (10 m)
2. Prendre à gauche sur Av. du Languedoc (140 m)
3. Tourner à la 1ere à gauche et continuer sur Route de Saint Gilles D42A. Continuer de suivre D42A (400 m)
4. Au rond point, prendre la 1ere sortie sur Av. Président Salvadore Allende (950 m)
5. Rester sur la file de gauche pour continuer sur Av. Président Salvadore Allende (3,3 km)
6. Continuer sur le pont de Justice (2,0 km)
7. Continuer sur Route d'Avignon (1,1 km)
8. Au rond point, prendre la sortie sur D127 (210 m)





FICHE HEBERGEMENT

Pour l'ensemble d'une délégation (Judo, Karaté, Kourach)

Nom du club : _____

N° du département

Nom du correspondant : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Téléphone : _____ E-mail : _____

Réservation de l'hébergement

	Prix Unitaire	Quantité	Sous-total
Chambres doubles avec douche et sanitaire / nuit vendredi soir	25 €		€
Chambres doubles avec douche et sanitaire / nuit samedi soir	25 €		€
Petits déjeuners samedi matin	4 €		
Petits déjeuners dimanche matin	4 €		€
Total Hébergement			€

Attention les réservations se font par chambres (2 personnes). Le nombre de petit déjeuner doit donc être doublé (sauf cas de réservation de chambre pour 1 personne, le tarif restant le même)

TOTAL hébergement

€

Ci-joint, un chèque de _____ € à l'ordre de l'UFOLEP 30

N° du chèque : _____ Banque : _____

A retourner avant le **24 avril 2014** à
UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé

Date et signature du correspondant,



Feuille réservation repas

N° du département

Nom du club : _____

Nom du correspondant : _____

Adresse : _____

_____ Code postal : _____ Ville : _____

Téléphone : _____ E-mail : _____

Réservation de repas

	Prix Unitaire	Quantité	Sous-total
Vendredi soir	12,00 €		€
Samedi midi	12,00 €		€
Samedi soir	15,00 €		€
Pique nique retour	7,00 €		€
Total Restauration			€

TOTAL restauration

€

Ci-joint, un chèque de _____ € à l'ordre de l'UFOLEP 30

N° du chèque : _____ Banque : _____

A retourner avant le **24 avril 2014** à
UFOLEP GARD
2 Impasse Jean Macé
CS 30007
30020 Nîmes

Date et signature du correspondant,

A l'heure où nous diffusons toutes ces informations, les menus n'ont pas encore été arrêtés. Nous ne manquerons pas de vous communiquer les menus sur notre site :

<http://www.cd.ufolep.org/gard>